広報 IZUMOZAKI

いずもざき

土と触れあい、食物を育てる。

2013
5 May
vol.456

2013.SPRING

Anewface 新

顔さん達がこの春より新しく出雲崎町の仲間に加わることとなりました。
町民の皆さま、地域のため、さまざまな分野でこれから活躍していただきます。
今回はその皆さんをご紹介します。
やる気に満ち溢れた方ばかりですので、どうぞよろしくお願いします。

南雲 敏行 さん
（出雲崎小学校校長）

出身地は？
日本三大夜桜の越後高田です。

町民の皆さんに一言
毎朝ウグイスが鳴いているほなみが丘。俳句・畑・習字…、たくさんの地域の先生に教えてもらえる子ども達。出雲崎の素晴らしさを学校教育に生かしていきます。

渋川 伸子 さん
（出雲崎小学校教諭）

出身地は？
新潟市です。

町民の皆さんに一言
自然豊かで伝統のある町、優しく見守ってくださる地域の方。そんな出雲崎で勤務させていただけることに感謝しています。どうぞよろしくお願いします。

田口 孝 さん
（出雲崎小学校養護教諭）

出身地は？
長岡市です。

町民の皆さんに一言
長岡市福戸小学校から参りました。温かくほっとする保健室を創っていきたいです。家族は夫と子ども４人と猫１匹。山と海と食べることが大好きです。お世話になります。

児玉 洋平 さん
（出雲崎小学校教諭）

出身地は？
新潟市西区の寺尾です。

町民の皆さんに一言
長岡市立関原小学校から参りました。出雲崎小学校の子ども達と一緒に色々なことに挑戦していきます。これからお世話になりますが、よろしくお願いします。

渡邉 知子 さん
（出雲崎中学校教諭）

出身地は？
三条市です。

町民の皆さんに一言
今年度からお世話になります。美しい日本海と山並み、歴史ある出雲崎町に勤務できることを嬉しく思います。元気いっぱいの生徒との毎日を思う存分楽しみたいと思います。

佐藤 優紀 さん
（出雲崎小学校講師）

出身地は？
長岡市です。

町民の皆さんに一言
豊かな自然に恵まれ、地域の皆さんに温かく見守られた子ども達。子ども達が学ぶ喜びを実感出来るよう精一杯がんばっていきます。よろしくお願いします。

佐藤 洋介 さん
（町町民課主事）

出身地は？
柏崎市です。

町民の皆さんに一言
窓口を担当している佐藤と申します。好きなものは海と夕日と日本酒と猫と音楽です。皆さまが気持ちよく役場を利用できるよう笑顔で頑張ります。よろしくお願いします。

小黒 友也 さん
（町産業観光課主事）

出身地は？
長岡市上桐（旧和島村）です。

町民の皆さんに一言
この４月から商工観光係としてお世話になっております小黒と申します。豊かな自然と伝統ある街並など出雲崎の魅力をPRしていきたいと思います。よろしくお願いします。

田口 賢 さん
（町建設課主事）

出身地は？
町内立石です。

町民の皆さんに一言
９年間、東京で暮らしていましたが、この度出雲崎町に帰ってきました。一日も早く、町民の皆さまのお役に立てるよう、一生懸命頑張りますので、よろしくお願いします。

佐藤 真吾 さん
（町議会事務局書記）

出身地は？
町内中山です。

町民の皆さんに一言
大好きな出雲崎で町民の皆さまのために働けることを嬉しく思います。少しでもお役に立てるよう精一杯頑張ります。よろしくお願いします。

6月1日から7日は水道週間です。

水の大切さを見直しましょう！

～水は限りある資源です～

蛇口をひねれば簡単に出る水。毎日、なに不自由なく使い、当たり前のように飲んでいますが、水道水は決して無限ではありません。

町では、原水を全て地下水に依存していることから、今後とも大切にしていかなければなりません。

私たちの生活に欠かせない水。水道週間にあたり、改めて水の大切さを見直してみませんか？

水の大切さを再確認！

日ごろ何気なく使っている水道水ですが、私たち住民一人ひとりが、水は豊富で安価であるとの認識を改め、有限で貴重な資源（財産）であると認識しなければなりません。ムダ使いしがちだった水の使用法を改め、合理的な水の使い方（必要な水は必要なだけ使い、ムダな水利用はなくすようにする）に努めましょう。

今一度、毎日の暮らしの中で水の使い方を工夫してみましょう。

道路漏水を見つけたら

道路に埋めてある水道管は、重量車両の通行や地盤沈下などが原因で漏水することがあります。漏水をそのまま放置しておくと、大切な水を無駄にするばかりでなく、大きな事故をひき起こす原因にもなりかねません。道路での漏水を発見したら、役場建設課企業係（☎78―2296）までお知らせくださるようご協力ください。

水道水の硬度について

硬度とは、ミネラル分のカルシウム等の量を表しており、ミネラルウォーターなどで「軟水」、「硬水」という分類がありますが、硬度120ミリグラム／リットルを超える水が「硬水」と言われています。

水質基準内（300ミリグラム／リットル以下）における硬度の大小は健康に影響ありませんが、硬度が高いとヤカンやボイラー等に白い付着物が発生することがあります。

出雲崎町の水道水の硬度はおおむね40ミリグラム／リットルから110ミリグラム／リットルと「軟水」に分類されますが、より均一で良質な水質を確保するため、現在硬度の低い水源の整備を行っています。

▼水道料金（1ヶ月につき）

区　分	基本水量	基本料金	超過料金（1㎥につき）
一　般　用	10㎥	1,890円	168円
営　業　用	10㎥	1,890円	220.5円
官公署・学校用	10㎥	1,890円	220.5円
臨海学校用	10㎥	1,890円	252円
臨　時　用	10㎥	2,100円	262.5円
プ　ー　ル　用	10㎥	1,890円	157.5円

▼メーター使用料金（1ヶ月につき）

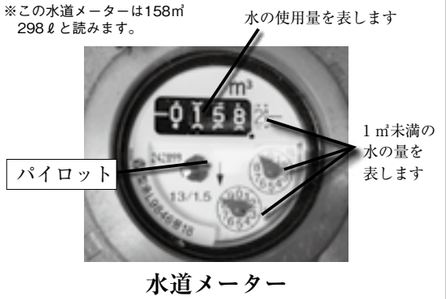
13m/m	20m/m	25m/m	30m/m	40m/m	50m/m	75m/m
73.5円	126円	157.5円	231円	315円	703.5円	1,963.5円

▼漏水はありませんか？

漏水は、水道メーターを確認することで簡単に発見することができます。

水道の蛇口を全部閉めた状態で、水道メーターのパイロットが少しでも回転していれば、どこかで漏水をしています。

漏水を発見したら、町指定給水工事店へ修理の依頼をしてください。



水道メーター

平成24年度 水質検査結果 全項目基準をクリア！

除鉄・除マンガン装置（松本浄水場）

出雲崎町の水は安全です!!

試料	採水日	平成25年2月4日	気温	4.0℃	水温	6.5℃	当日天候	雨	前日天候	曇
	採水地点	松本地区農業集落排水処理施設(第1簡易水道 第1区域)								
	検水種別	管末水								
	採水者	検査者	検査機関	柏崎市ガス水道局 浄水課 赤坂山浄水場						

検査項目	検査結果	水質基準値	検査項目	検査結果	水質基準値
一般細菌	0	1mL中100個以下	ジクロロ酢酸	0.004未満	0.04以下
大腸菌	検出せず	検出されないこと	トリクロロ酢酸	0.02未満	0.2以下
カドミウム及びその化合物	0.0003未満	0.003以下	臭素酸	0.001未満	0.01以下
水銀及びその化合物	0.00005未満	0.0005以下	ホルムアルデヒド	0.008未満	0.08以下
セレン及びその化合物	0.001未満	0.01以下	亜鉛及びその化合物	0.01未満	1.0以下
鉛及びその化合物	0.001未満	0.01以下	アルミニウム及びその化合物	0.02未満	0.2以下
ヒ素及びその化合物	0.001	0.01以下	鉄及びその化合物	0.03	0.3以下
六価クロム化合物	0.005未満	0.05以下	銅及びその化合物	0.01未満	1.0以下
シアン化物イオン及び塩化シアン	0.001未満	0.01以下	ナトリウム及びその化合物	15.5	200以下
硝酸態窒素及び亜硝酸態窒素	0.1未満	10以下	マンガン及びその化合物	0.005未満	0.05以下
フッ素及びその化合物	0.19未満	0.8以下	カルシウム、マグネシウム等	145	300以下
ホウ素及びその化合物	0.1未満	1.0以下	蒸発残留物	242	500以下
四塩化炭素	0.0002未満	0.002以下	陰イオン界面活性剤	0.02未満	0.2以下
1，4－ジオキサン	0.005未満	0.05以下	ジェオスミン	0.000001未満	0.00001以下
シス－1，2ジクロロエチレン及びトランス－1，2ジクロロエチレン	0.004未満	0.04以下	2－メチルイソボルネオール	0.000001未満	0.00001以下
			非イオン界面活性剤	0.005未満	0.02以下
ジクロロメタン	0.002未満	0.02以下	フェノール類	0.0005未満	0.005以下
テトラクロロエチレン	0.001未満	0.01以下	塩化物イオン	20.2	200以下
トリクロロエチレン	0.001未満	0.01以下	有機物(TOC)	0.3未満	3以下
ベンゼン	0.001未満	0.01以下	pH値	7.6	5.8以上8.6以下
クロロホルム	0.001未満	0.06以下	味	異常なし	異常でないこと
ジブロモクロロメタン	0.001未満	0.1以下	臭気	異常なし	異常でないこと
ブロモジクロロメタン	0.001未満	0.03以下	色度	0.5未満	5度以下
ブロモホルム	0.001未満	0.09以下	濁度	0.1未満	2度以下
総トリハロメタン	0.001未満	0.1以下	塩素酸	0.06未満	0.6以下
クロロ酢酸	0.002未満	0.02以下			
判定	上記水質項目については、水質基準に適合				

注　本表は毎年度、2月期に実施している全50項目の検査結果表を掲載しています。

出雲崎町 議会議員一般選挙

■投　票　日
平成25年５月19日㈰
■投票時間
午前７時から午後６時まで

任期満了により行われるこの度の選挙は、私たちの暮らしにとって、最も身近な政治を担う代表者を選ぶ大切な選挙です。

棄権することなく自分の意志によって『正しい一票』を投じてください。

候補者の名前は、はっきり書いてください。せっかく投票しても、書いた字がわからないために、無効となることがありますので正しく投票しましょう。

【投票時間・場所】

投票できる時間は、午前7時から午後6時までです。

投票所は次の場所に設けられます。

・第1投票所
　出雲崎保育園
・第2投票所
　海岸公民館
・第3投票所
　西越地区農村環境改善センター
・第4投票所
　川西公会堂
・第5投票所
　八手地区農村環境改善センター

【期日前投票】

投票は、投票日に決められた投票所で行うのが原則ですが、投票日に仕事、冠婚葬祭、行事やレジャーなどで投票所に行けない方は、前もって期日前投票をすることができます。

・場所
　役場1階期日前投票所
・期間
　5月15日㈬～5月18日㈯までの午前8時30分～午後8時までの間です。

入場券がすでに配布されている方はご持参ください。

【不在者投票】

・病院・施設での投票
指定された病院、施設等に入院、入所している方は、そこで投票できますので、早めにその旨を病院長等に申し出てください。

・滞在地の市町村での投票
仕事などの色々な理由で他の市町村に滞在している人は、郵便で投票用紙を請求できます。

「宣誓書」の提出が必要ですから、郵送の日数を考慮して、早めに請求してください。

・郵便による投票
身体に障がいのある方や、要介護者の方で、「郵便投票証明書」をお持ちの方は、郵便による不在者投票ができます。

【お問い合わせ】

■町選挙管理委員会
（☎78―2290）

「早寝早起き朝ご飯で学力向上」

出雲崎町教育研究会では、町教育委員会・町保健福祉課とともに、5月に「早寝早起き朝ご飯」のリーフレットの発行を予定しています。

これは、小中学校の連携した取り組みを町の皆さんに知ってもらうとともに、町の皆さんの協力を仰ごうというものです。

「早寝早起き」で小中学校の目指すところや「朝ご飯」を考える上で気を付けたいことなどが書かれています。

また、昨年度から実施されている「小中合同学校保健委員会」についても触れ、生活習慣病の予防について町の皆さんにも呼びかけています。

ご覧になって、何かご意見・ご希望などがありましたら、ご連絡ください。

■お問い合わせ
出雲崎町教育研究会事務局
（出雲崎中学校 教頭）
・☎78―2137
・FAX 78―2164

包丁の使い方を習う中学生

良寛のこころを心として

良寛さまの歌と俳句（第58回）

良寛さまの歌に鳥の歌が多くあります。

春の野に若葉摘みつつ雉（きじ）の声
　きけば音の思ほゆらくに

「思ほゆらくに」は自然に思われてくる。

この歌は出雲崎町へ来られた時の歌です。
若菜摘みをしていると雉が鳴いて飛んでゆきます。そうだ、子どもの頃、やはりこの雉の声におどろいたもんだ、などと思い出されます。

あしびきの青山超えて我来れば
　雉子（キギス）鳴くなりその山もとに

今でも山に行くとこのキジに出逢うことがあります。昭和二十二年（一九四七）日本鳥学会で、国鳥に選定された鳥です。雄は大きな声で「ケーン・ケーン」と鳴きます。

いざ子ども山べに行かむ菫（すみれ）見に
　明日さへ散らば如何（いか）にとかせむ

この時期になりますと、野も山も春たけなわで、農家の人たちも田畑の仕事が忙しくなります。田植前の水を張られた「タンボ」では夜になると蛙が鳴きはじめます。

山里は蛙（かわず）の声となりにけり
　夢覚めて聞けば蛙の遠音かな

良寛さまは蛙の声を何より楽しみにしておられました。

草の庵（いほ）に足さしのべて小山田の
　山田のかはづ聞くがたのしさ

長い雪空の生活が春の到来と共に里の人々も自分も、そして子どもたちも生き生きとして毎日をすごします。汗を流す農作業は大変ですが、秋の実りを楽しみに生活する。
そして忙しい農家の人々に相手にされない子どもたちと毬をついたり手まり唄で村々をめぐり歩かれました。

この宮の森の木したに子供らと
　あそぶ春日暮れずともよし

道のべに菫つみつつ鉢の子を
　忘れてぞ来しあはれ鉢の子

子どもたちも仲間になり良寛さまと菫の花を摘みます。夢中になって大切な鉢の子をどこかへ置き忘れてしまった時の歌ですが、一度や二度でないそうで置き忘れられた鉢の子は里人で大切にされ、戻されたそうです。鉢の子は托鉢に使う大切なものです。

越後出雲崎渚会

出雲崎町内で咲いていたスミレ

TOWN TOPICS!! 記者は見た

①

②

③

ご入園・ご入学・ご進級 おめでとうございます!

４月に入り、町内の保育園、小学校、中学校などで入園式・入学式・進級式が行われました。

①出雲崎保育園（入園式）　③出雲崎小学校（入学式）
②小木之城保育園（進級式）　④出雲崎中学校（入学式）

④

災害時石油供給の為の緊急用発電機設置

４月１日㈪に㈱中越石油に「緊急用発電機」が２台設置され、納入業者から取扱方法が説明されました。この発電機は災害時に、役場や自衛隊、消防車等の緊急車両の石油供給に必要最低限の電力をおぎなうことができます。

資源エネルギー庁の災害対応型中核給油所等整備事業により、新潟県内約20か所の中核給油所の一つに同社が選定されました。

同社 遠藤雅大さんは「行政機関の車両等に迅速に石油供給を行い、住民の安心、安全確保に貢献する為、災害時には責任を持って供給させてもらう」と話してくれました。

春の防火パレード

４月１日㈪から７日㈰までの７日間、県内一斉に春の火災予防運動が実施されました。

これに合わせ、４月１日㈪、町消防団が防火パレードを実施しました。この日は25人の消防団員、12台の小型ポンプ積載車が集まり、火災予防広報を実施しました。

消防団長に佐藤 美公さんが就任

4月6日㈯より町消防団の団長に新しく佐藤美公さん（中山）が就任されました。

任命書を手渡された佐藤団長は「団員確保と火災の予防・消防を徹底し、いざと言う時に万全の態勢で活動して行きたい」と熱く意気込みを語ってくれました。

さわやかスポーツ教室

４月16日㈫に町民体育館でさわやかスポーツ教室が開催されました。これは、生活習慣病の予防や体力維持を目的としています。

加勢講師の下、参加者は「いちっ！にっ！さんっ！」と元気に声を出し、体操に精を出していました。

火の用心を伝えたい

４月７日㈰に町消防団幹部が雨天の中、火災予防を呼び掛けました。

今年度より幹部に就任した三富副分団長は「皆さんに火の用心を伝えたい。昨年度は火災件数が多かったが、本年度は火災が起こらないように活動を行いたい」と意気込みを語ってくれました。

クリーン作戦で町内をキレイに

４月21日㈰、町内一斉に「春の全町一斉クリーン作戦」が実施されました。

雨の中にも関わらず、町内の各地域では、早朝から大勢の人が参加して、除草作業やごみ拾いなどを行いました。今回のクリーン作戦も多くの皆さんのご協力により大成功となりました。

漁港内清掃で清潔に

４月23日㈫、出雲崎漁港内をきれいにしようと出雲崎水産研究会を中心に17人が集まり、漁港内のごみ拾いや側溝清掃などを行いました。この活動は毎年行われていますが、カンやペットボトルなどのごみの量が多く、作業にあたった参加者は苦労していました。

人権擁護委員に 石川　豊さん就任

4月1日付けで、石川豊さん（羽黒町5区）が法務大臣から人権擁護委員として委嘱され、法務大臣からの委嘱状が出雲崎町長より手渡されました。

人権擁護委員は、人権擁護委員法に基づき、国民の日常生活で人権尊重思想の普及高揚を図るとともに、人権侵害による被害者を救済し、人権を擁護する活動を行うことを目的として設置されています。

石川さんはこれから3年間、人権擁護委員として活動していただきます。

第三回柳津町出雲崎町 親善卓球大会

4月7日㈰に今回で第3回目となる姉妹都市の福島県柳津町と出雲崎町の親善卓球大会が出雲崎町体育館で開催されました。

硬式戦・ラージ戦を行い、勝ち数を競います。

どの試合も真剣そのもの。試合では迫力のある高速のスマッシュや回転のかかったショットなど、プロ顔負けの気迫溢れる攻防が繰り広げられました。

試合前、柳津町の選手は「今のところ1勝1敗で引き分けであるので、今回で決着をつけるためにやってまいりました」と熱く語ってくれました。対して出雲崎町の選手は「今まで毎週練習してきたので、その成果を十分に発揮して勝利をおさめたい」と意気込みを見せてくれました。

試合が終わった選手は口々に「いい汗をかいた」と笑顔で話し合い、試合が終わった後には、両チーム同士お互いの健闘をたたえあっていたのがとても印象的でした。

結果は、硬式戦：出雲崎町が7対6で勝利となり、ラージ戦：柳津町が5対0で勝利となりました。

出雲崎町と柳津町との絆がより一層深まった大会でした。

春の交通安全運動

今年度も春の交通安全運動が4月6日㈯から4月15日㈪までの10日間実施されました。

スローガン「事故ゼロへ　ゆとりとマナーの　桜道」を掲げ、町内でも様々な活動が実施されました。

期間中、町内主要交差点では街頭指導が実施され歩行者や自動車、自転車の運転手に交通安全の周知を行いました。

4月9日㈫に出雲崎中学校で新入生を対象として、自転車交通安全教室が開催され、生徒は真剣な顔で指導を聞いていました。

また、4月25日㈭には出雲崎小学校で全校児童対象として自転車交通安全教室が行われました。乗りなれた自転車ではありましたが、安全のため、もう一度交通ルールを再確認しました。

交通ルールを守り、事故などを防ぎましょう。

歩行者・自動車・自転車へ街頭指導

自転車交通安全教室（出雲崎小学校）

自転車交通安全教室（出雲崎中学校）

釣り仲間と清掃で 出雲崎町に恩返し

4月14日㈰に海遊広場のゴミ拾いが行われました。

参加者は、夏の釣りシーズンによく海遊広場を利用しているという釣り仲間総勢7名（町内1名・長岡市5名・南魚沼市1名）。

「楽しく利用させて頂いている出雲崎町に恩返しがしたい」その思いでゴミ拾いが実施されました。

現地に着くと、海から漂着したペットボトルや海外製の籠などのプラスチック製品が散乱していました。

「意外とゴミがあるな」と参加者は口々に話し、そのゴミの量に驚きを隠せない様子でした。額に汗し、ゴミを黙々と拾いはじめます。

髙橋（たかはし）　眞人（まさと） さん

散乱していた容器などのゴミ

まずは、目につくペットボトル類のゴミを拾いました。海藻に絡まり簡単には取り出せないゴミの山。それを一つ一つ拾い集めます。これで一安心と思いきや、漂着した海藻類の下に、大量のゴミが埋もれていました。表面に見えていたゴミとは違い、海水や、ゴミ容器の中身が漏れていて湿り、異臭を放つゴミがありました。参加者が使用していた手袋は砂や海藻が付着しボロボロになりましたが、それにもめげずに、休憩無しでゴミ拾いにあたりました。

その結果、50袋以上のゴミを拾うことに成功。参加者は、笑顔でやりきったと言わんばかりの満足そうな表情を浮かべていました。

参加者の一人髙橋真人さん（長岡市）は「出雲崎町に恩返ししたい。その一心でゴミを拾いました。この様な素晴らしい海遊広場を利用させてもらい本当にありがたい気持ちで一杯です。」と話してくれました。

ゴミのポイ捨ては簡単な事かもしれません。

しかし、これを拾い集め、処分する為に多くの人達の協力を得なければ容易に拾うことができるものではありません。

筆者も一人ひとりがゴミを分別し、正しい方法で処分しなければならないと改めて感じました。

清掃後

清掃前

保健師さんの 健(やかに)幸(せに)だより

けんこう広場 特定健診が始まります！

６月から町の特定健診が始まります。平成20年度から「高齢者の医療の確保に関する法律」が施行され、医療保険者が下記のとおり特定健康診査等を実施してきました。健診では内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）に着目し、内臓脂肪を減少させることで脳血管疾患等の発症リスクを下げ、医療費の減少を目的としています。

★健康に自信がある方も…

体の状態が良好な方も、健康を維持する上で必要な検査結果が健診で分かります。生活習慣病の早期発見だけでなく、健康について考える機会として健診を活用しましょう。

★健診は一度きりでなく毎年受けることがたいせつです

体の健康状態は、一年間で大きく変化することもあります。自分の体の状態の変化に気づくためには、毎年健診を受け、体の状態を確認しましょう。

★通院中の方も…

生活習慣病以外で通院中の方は、健診が生活習慣病の早期発見につながります。

≪特定健診の手順≫

町国保以外（健保組合、共済組合など）	町 国 保
①医療保険者から受診案内が送られてきます ②受診日や受診機関を確認の上、受診の申込みをします ③申込みをした受診機関で健診を受けます ④受診機関から健診結果が送られてきます ⑤保健指導が必要と判断された方には特定保健指導が実施されます	①医療保険者である町から問診票が送られてきます ②所定された日時、場所で健診を受けます ③町の健診結果説明会で結果をお返しします ④保健指導が必要と判断された方には特定保健指導が実施されます

≪平成25年度町特定健診について≫

健診	時期	対象者	会場
集団健診	６月４日㈫～６月６日㈭	18～39歳の方、40～74歳で町国保の方、75歳以上の方、40～74歳の町国保以外の被扶養者 ※１	ふれあいの里
個別健診	６月１日㈯～10月31日㈭	40～74歳で町国保の方	町の指定する医療機関
人間ドック	５月１日㈬～12月31日㈫	40～74歳で町国保の方	

※１　町国保以外の被扶養者（夫が会社員の主婦、子どもの保険に入っている親など）の方が、集団健診を希望する場合は医療保険者が発行する受診券、保険証、健診費用が必要になります。

母子保健事業のお知らせ

（５月９日～６月６日の間の事業）

内　容	対　象	月　日	受付時間	会　場
だっこちゃんクラブ	３ヶ月～１歳６ヶ月	５月15日㈬	９時30分～	ふれあいの里
めばえ教室	１歳６ヶ月～就園前	５月10日㈮ 24日㈮	９時30分～	中央公民館
ちびっこルーム	３ヶ月～就園前	毎週火曜～日曜	９時～17時	ふれあいの里

●もの忘れ、こころの相談会のお知らせ●

◆月　日　**５月30日㈭**
◆会　場　ふれあいの里
　（または希望により海岸公民館）
◆時　間　午後２時から４時
◆担　当　田中弘医師（三島病院）
◆その他
・秘密は固く守られます。
・完全予約制のため事前予約をお願いします。

【お問合せ先：保健福祉課 保険健康係 ☎78-2293】

急患診療のご案内

◇内科・小児科・外科・歯科

【長岡市西千手２－５－１　健康センター内】

	診療科目	受付時間
長岡休日・夜間急患診療所（☎３７－１１９９）	内科	月～金曜（祝休日は除く）18:45～21:30
		日曜日・祝休日 9:00～11:30 13:00～16:30
	小児科	日曜日・祝休日 9:00～11:30 13:00～17:30
	外科	
中越こども急患センター（☎８６－５０９９）	小児科	月～土曜日（祝休日は除く）18:45～21:30
長岡休日急患歯科診療所（☎３３－９６４４）	歯科	日曜日・祝休日 9:00～11:30 13:00～15:30

■産婦人科は在宅当番医制（日曜日・祝日のみ）です。お問い合わせは、休日夜間急患診療所（☎３７－１１９９）までお願いします。

◇二次病院の休日診療

（５月９日～６月６日の間）

	午前９時～翌午前９時	お問い合わせ及び連絡先
５月12日㈰ ６月２日㈰	立川綜合病院	３３－３１１１
５月19日㈰	長岡赤十字病院	２８－３６００
５月26日㈰	長岡中央綜合病院	３５－３７００

※「二次病院」は、一般の医院・診療所では対応できないような比較的重い救急の患者さんが対象です。

■柏崎・刈羽地区は休日救急当番制でないため。緊急時はかかり付けの医療機関で受診して下さい。

■都合により当番の変更がありますので、事前にご確認下さい。

自宅でできる！簡単!!

テレビを見ながら運動を聴き ながら運動のススメ㊳

ウォーキングやランニングの前にこのストレッチ②

昼夜問わずウォーキング（ジョギング・ランニング）をしている人が増えてきました。

前月同様、開始前後のストレッチとして今回はアキレス腱からふくらはぎ伸ばしを紹介します。

水分もこまめに摂ると疲労物質をできるだけ早く排出できます。

①ポイントは反動をつけずかかとを着けたまま、じっくり20秒以上伸ばす

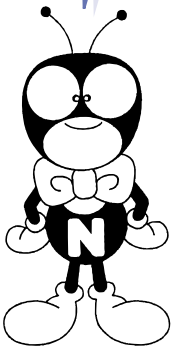
②ポイントは上半身を前側へ体重をかけていく、かかとは着けたまま

写真①は立ったままの方法、写真②は膝を曲げても大丈夫な人の方法です。

その日の自分の体調に合わせて無理せず運動しましょう！

協力：安野加代子運動指導員（やすらぎの里）

教えてゆめあり君！



【国民年金の任意加入制度について】

20歳から60歳になるまで40年間保険料を納めれば、老齢基礎年金を満額受け取ることができます。

納め忘れなどで保険料の納付期間が40年間に満たなかった場合、その期間に応じて支給される金額が少なくなってしまいます。

そのような場合でも、60歳から65歳になるまでの間に国民年金に任意加入することで老齢基礎年金を満額に近づけることのできる制度があります（任意加入制度）。

ただし、老齢基礎年金の繰り上げ支給を受けた方はこの制度を利用することができないので注意してください。

また、老齢基礎年金を受給するためには、保険料の納付済期間や免除期間等が原則として25年以上必要になりますが、この要件を満たしていない場合、70歳になるまで任意加入することができます。

任意加入制度の申し込みは役場町民課窓口までお越しください。

■お問い合わせ

・長岡年金事務所（☎88－0003）

・町民課町民係（☎78－2294）

俳句ポスト

（入選句）

春かもめ　船はゆっくり　向きを変え
富山県朝日町　藤田　孝

遠足の　黄色い帽子　良寛堂
宮城県大崎市　鈴木　勝也

朝もやの　水平線に　ときの島
新潟県長岡市　戸田　有花

情報掲示板

守ろう！電波のルール

総務省

公共の電波を正しく使用するために、電波法というルールがあります。しかし、ルールを守らない「不法無線局」から発射される不法な電波によるテレビ・ラジオの受信障害や消防・救急や航空など重要な無線通信への混信・妨害は後を絶ちません。

また、インターネット取引などにより、日本では使用できない外国規格の違法な無線機器（技適マークが付いていないトランシーバーなど）が流通しています。これらは比較的容易に入手できるため、法令違反の認識がないまま使用し、混信妨害の原因者となるケースが増えています。

私たちの財産である電波の良好な利用環境を守るため、「不法無線局」をなくし、電波を正しく使いましょう。

電波に関することは、信越総合通信局までお気軽にご相談ください（無料）。

■お問い合わせ
・無線設備への混信・妨害および違法な無線設備の情報に関すること
監視調査課（☎026―234―9976）
・テレビ・ラジオなど放送の受信妨害に関すること
受信障害対策官（☎026―234―9991）
・その他、情報通信の行政相談に関すること
総合通信相談所（☎026―234―9961）
・ホームページ（http://www.soumu.go.jp/soutsu/shinetsu/shinetsu）

献血の実施について

町民課

5月31日㈮に中央公民館において全血献血を次のとおり実施しますので、ご協力をお願いします。

■受付時間
・午前10時～正午、午後1時～午後3時
■会場
・中央公民館（視聴覚室）
■協力団体
・出雲崎ライオンズクラブ
■お問い合わせ
・町民課町民係（☎78―2294）
★全血献血は16歳からできます。若年層の方もぜひ献血にご協力をお願いします。

農業委員会の活動・計画等を縦覧

農業委員会

農業委員会が実施している法令事務については、判断の透明性や、全国的な公平性が求められています。

また、促進等事務についても、外部および内部を問わずはっきり見える活発な行動が強く求められています。

農業委員会では毎年、これらの活動の点検・評価および目標とその達成に向けた活動計画の策定を行うこととしています。

この策定等にあたり、地域の農業者等から意見・要望等を募集し、活動の点検・評価・活動計画の参考とさせていただきます。

■縦覧場所
・農業委員会事務局
■点検評価（案）の縦覧
・5月27日㈪まで
■活動計画（案）の縦覧
・5月27日㈪まで
■活動計画の縦覧
・5月31日㈮～
■お問い合わせ
・農業委員会（☎78―3114）

調理師試験

県福祉保健部健康対策課

平成25年度調理師試験を実施します。

■日時
・7月18日㈭午後1時～午後3時30分
■場所
・長岡市内
■受験手数料
・6、400円
■申し込み
・5月20日㈪～5月27日㈪に長岡地域振興局に必要書類等を提出してください。
■お問い合わせ
・県福祉保健部健康対策課（☎025―280―5198）

任意予防接種の費用助成について

保健福祉課

町では、子育てしやすい環境を作るため、おたふくかぜ、みずぼうそうの接種費用の一部を助成しています。

町内で接種を希望する場合は、接種前に保健福祉課保険健康係で接種費用の助成手続き後、医療機関に予約の上、接種してください。

町外で接種を希望する場合は、事前に保健福祉課保険健康係までお問い合わせください。

■助成の内容
【おたふくかぜ】
◇接種対象者
・接種日において2歳から就学前までの者
◇助成額
・3、000円
【みずぼうそう】
◇接種対象者
・接種日において1歳から就学前までの者
◇助成額
・3、000円
■接種費用の助成手続（町内で接種する場合）
【申請に必要なもの】
・保護者の認印
・子どもの医療費受給者証
■費用を全額支払ってしまった場合の手続き
接種費用の助成手続きをせずに接種し、医療機関で費用を全額支払った方は、後日助成額を払い戻しします。保健福祉課保険健康係で償還払いの申請手続きをしてください。
【申請に必要なもの】
・保護者の認印
・医療機関で発行した領収証
・母子健康手帳
・振込先の口座番号等
■接種時に必要なもの
・任意予防接種費用助成決定通知書（町内で接種する場合）
・子どもの医療費受給者証（町内、町外共通）
・母子健康手帳（町内・町外共通）
■お問い合わせ
・保健福祉課保険健康係（☎78―2293）

憲法週間を迎えて

新潟地方裁判所

憲法記念日（5月3日）を中心とした5月1日から7日までを裁判所では憲法週間と定めています。

法務省や検察庁、弁護士会などの協力を得て、全国各地の裁判所では、例年この時期に、法廷等見学ツアーや各種説明会などの憲法週間行事を積極的に行っています。

週間行事への参加をきっかけとして、裁判所をより身近に感じ、裁判所や裁判についての理解を深めていただければ幸いです。

【地裁企画　法廷見学・裁判員制度説明会】
■日時
・5月19日㈰午前10時～午前11時30分（受付：午前9時30分～）
■場所
・新潟地方裁判所2号館1階
■内容
①裁判員裁判用法廷の見学（法廷内写真撮影可）
②裁判員制度の説明（裁判官、検察官および弁護士）
■定員・料金
・先着40名（事前申込制）
■場所
・新潟家庭裁判所5階
■内容
・新潟家庭裁判所総務課広報係（☎025―222―4175）
【家裁企画　家事模擬調停・庁舎見学】
■日時
・5月23日㈭午後1時30分～午後3時30分（受付：午後1時～）
■場所
・新潟家庭裁判所5階
■内容
①家事調停のあらましの説明（裁判官および家庭調査官）
②家事模擬調停
③庁舎見学
■定員・料金
・先着40名（事前申込制）
■お問い合わせ
・新潟地方裁判所総務課広報係（☎025―222―4175）

住宅用火災警報器の設置で被害を最小限に！

柏崎市消防本部

大切な家族を火災の被害から守るため、早急に設置しましょう。

火災警報器を設置したことにより、ガスコンロで鍋に火をかけたまま出掛けてしまったが、付近の方が警報音に気付き大事には至らなかった。

就寝中、警報音に気付き布団から煙が出ていたので、水を掛けて消したなど、県内でも多数の報告が届いています。設置した住宅火災用警報器の維持管理が大切です。

■お手入れしていますか。
・警報器はホコリなどが付くと感知しづらくなります。
■作動テストをしましょう。
・警報器のボタンを押すと、テスト音が鳴ります。音が鳴らない時は、次のことを確認しましょう。●電池がきちんとセットされていますか。●電池は切れていませんか。それでも鳴らない場合は故障が考えられます。取扱説明書を確認してください。
■電池交換時期を確認しましょう。
・電池切れのときは、音声でお知らせするかピッピッと音が鳴ります。電池の寿命は機種によって異なりますので、本体裏側の表示で確認してください。
■お問い合わせ
・柏崎市消防本部予防課予防係（☎0257―24―1382、FAX0257―22―1409）

出雲崎町の水道水の放射性物質検査について

建設課

■出雲崎町の水道水放射性物質検査結果（新潟県保健環境科学研究所、一般財団法人新潟県環境衛生研究所による検査）

採水地点	採水月日	測定値（単位：Bq/kg）	
		放射性セシウム	放射性ヨウ素
黒崎浄水場	4月3日	検出されず	検出されず
新川西浄水場	4月8日	検出されず	検出されず
小木浄水場	4月17日	検出されず	検出されず
新吉水浄水場	4月22日	検出されず	検出されず
食品衛生法の規格基準（飲料水）		10	—

県福祉保健部生活衛生課公表資料から抜粋

■お問い合わせ
・建設課企業係（☎78―2296）

「栄養教室（食生活改善推進委員養成教室）」の参加者を募集します

保健福祉課

地域で健康づくりのための活動を行う食生活改善推進委員を養成する教室を実施します。

■対象者
全8回コースのうち、6回以上の講座に参加でき、教室終了後に食生活改善推進委員として活動できる方。

■日程
・第1回（7月2日㈫）
・第2回（7月22日㈪）
・第3回（8月19日㈪）
・第4回（9月20日㈮）
・第5回（10月21日㈪）
・第6回（11月18日㈪）
・第7回（12月16日㈪）
・第8回（2月24日㈪）

■時間
・午前9時30分～午後3時

■内容
・食生活、健康づくりについての講話・調理実習・運動等

■場所
・出雲崎中央公民館

■持ち物
・エプロン、三角巾、筆記用具、第1回目の教室で配布するテキスト

■募集人数
・約20名

■申込み方法
・保健福祉課保険健康係に5月24日㈮までにお申し込みください。

■お問い合わせ
・保健福祉課保険健康係（☎78―2293）

7月スタート！生ごみの分別収集についてお知らせです

町民課

町では、7月からの生ごみの分別収集開始に向けて、「生ごみ用指定袋」と「出雲崎町ごみと資源物の分け方出し方（保存版）」の作製を進めています。

■生ごみ用指定袋
【販売開始日】
・6月10日㈪
【販売価格（10枚入り）】
・小サイズ…100円
・極小サイズ…50円
※出雲崎町の指定ごみ袋は、出雲崎町内の販売店でのみ販売します。誤って町外の店で他市町村の指定ごみ袋を購入しないよう、ご注意ください。

■出雲崎町ごみと資源物の分け方出し方（保存版）
【配布時期】
・6月上旬
※平成20年に配布された冊子の改訂版です。ごみの出し方や品目別分別表など詳しく掲載します。ごみや資源物の出し方で迷った時は、活用してください。

■お問い合わせ
・町民課町民係（☎78―2294）

高齢者とその家族の相談窓口

県高齢者総合相談センター

高齢者やその家族の方々が抱える悩みごとの相談を無料でお受けしています。

●よろず相談

■日時
・毎週月曜日～金曜日、午前9時～午後5時（土日祝日、年末年始を除く）

●専門相談
◇法律相談

■相談日
・5月13日㈪、5月20日㈪、5月27日㈪

■相談時間
・午後1時30分～午後4時
◇不動産の鑑定・利活用の相談

■相談日
・5月8日㈬、22日㈬

■相談時間
・午後1時30分～午後4時
◇税金相談、介護の相談、福祉用具・住宅改修相談

■相談日時
・その都度調整

■お問い合わせ
・県高齢者総合相談センター（☎025―285―4165）

普通救命講習

柏崎市消防署

病気やけがで、呼吸や心臓が突然止まった場合に行う心肺蘇生法、AEDの使用方法、大出血時の止血法などを学びます。修了した方には、修了証を交付します。

■日時
・6月23日㈰、午後1時～午後4時

■場所
・柏崎市消防本部

■対象
・15歳（高校生）以上

■定員
・50名（定員になり次第締め切ります。）

■申込み方法
・6月22日㈯までに、電話、FAX（住所・氏名・ふりがな・電話番号・性別・生年月日を記入）

■お問い合わせ
・柏崎市消防署救急係（☎0257―24―1500、FAX0257―24―1119）

第20回潜在看護師再就職支援講習会について

中越潜在看護師再就職支援センター

結婚、出産等で仕事から長い間離れている方を対象に、現場復帰はしたいがブランクがあり不安を抱えている方を支援する就労支援講習会を開催します。

■講習会名
・看護師再就職支援講習会「もう一度働きたいあなたへ……」

■対象
・看護師、准看護師、保健師、助産師の資格のある方

■開催日時
・6月3日㈪～7日㈮（5日間）毎回午前10時～午後3時30分

■開催場所
・立川メディカルセンター会館1階会議室（長岡市神田町2―2―20）

■受講料
・3,000円（保育所を利用する場合は別途毎回1,000円※昼食代込・3才まで）

■申し込み
・メール、電話、FAXにて5月31日㈮までに申し込んでください。（氏名、年齢、住所、電話番号、免許取得年月日、保育所利用の有無と子供の年齢、人数を伝えてください。）

■お問い合わせ
・中越潜在看護師再就職支援センター（☎33―3111、FAX33―8811、メールtatikawa@niigata-inet.or.jp）

広報いずもざき
広告募集中!!
町内の事業所・商店等の広告は、半額で掲載させていただきます!
詳しくは総務課企画係（78-2290）まで

戸籍の窓

※戸籍の窓への掲載については、届出人の希望により掲載しない場合があります。

平成25年4月1日～4月30日までの届出分・敬称略

丈夫な良い子に

暖生（はるき）	25.4.14	金野　瞬（羽黒町3区）
実咲（みさき）	25.4.15	小黒　宏和（乙茂）
実千花（みちか）	25.4.15	平沢　昌宏（てまり団地）

哀悼

関　シマ	99	4.4	本人（特養）
磯貝　モト	87	4.6	本人（特養）
佐藤　彌吉	96	4.10	滋（井鼻3区）
牧　静	91	4.11	本人（特養）
山田　タケ	91	4.14	廣行（沢田）
中村ちよ子	90	4.14	一三（山谷）
吉水　繁美	90	4.16	邦夫（吉水）
小林スワ子	85	4.26	隆信（松本）
佐藤ミヨヱ	91	4.29	勲（稲川）

人口のうごき

人口	4,940人	（－8）
男	2,327人	（－1）
女	2,613人	（－7）
世帯数	1,790世帯	（－1）
出生	3人	
死亡	10人	
転入	9人	
転出	10人	

平成25年4月30日現在住民基本台帳
（　）内は前月比

情報メール配信サービス
出雲崎町とその周辺の安全安心・その他様々な情報を配信
←ドコモ用　その他用→
※登録は二次元バーコードを利用して空メールを送ってください。
運営：NPO法人住民安全ネットワークジャパン

住みよい未来を創造 中建
特定建設業 株式会社 中越建設
一般土木・家屋解体業・外溝整備工事・山砂販売・埋立工事・宅内排水工事
出雲崎町大字松本107－1　TEL.0258-78-2246㈹

ENEOS出雲崎松本SS
株式会社 中越石油
灯油・軽油の配達承ります
出雲崎町大字松本104－3　TEL.0258-78-4880
「広告」

広報 いずもざき 5月号/No.456
とじる・保存する・しあわせ!
平成25年5月8日発行
◆発行・編集
出雲崎町 総務課
〒949-4392 新潟県三島郡出雲崎町大字川西140
☎(0258)78-3111 FAX78-4483
http://www.town.izumozaki.niigata.jp

「今月の表紙」
じゃがいもの種芋植え

4月12日㈮に出雲崎小学校3、4年生が川西地内の畑でじゃがいもの種芋を植えました。

これは町農業委員会が実施したもので農業委員などの指導を受けながら作業しました。農業委員会長野中守さんは「子ども達にこの経験や地域の皆さんとのふれあいを通じて食べ物の大切さを学び、出雲崎をもっと好きになってもらいたい」と話していました。

こんにちはペットちゃん No.1

プロフィール

名前
夢来(ムック)ちゃん
(3歳)

種類
トイプードル

性別
男の子

今月のペットちゃんは棚橋亮介さん宅(大門)の夢来(ムック)ちゃんを紹介します。今から3年前の2月に棚橋さん宅の一員になりました。歯磨きをした後にしかごはんを食べないというきれい好きな夢来ちゃん。家の中では家族のスリッパで遊ぶのが大好きな元気な男の子です。そんな姿を見ていると家族も自然と笑顔になる大切な家族だそうです。自宅から駅にかけてがお気に入りの散歩コース。見かけたら声をかけてくださいね。

自慢したいペット大募集!

可愛いペットを紹介したい方は総務課企画係にご連絡ください。

今月のつぶやき

今月の広報いずもざきは、初めて担当し、制作したものです。1ページ・1ページ思いを込めて作りました。

この広報の制作には、『Adobe InDesign CS6』や『Adobe Photoshop CS6』というソフトを使用しています。

最初はさっぱり使い方がわからなく、操作を勉強しながら作るのは苦労しました。

取材でお邪魔させていただく機会も増えますが、どうぞよろしくお願いします。

私が子どもの頃、友達と外で泥んこになりながらよく遊びました。今月の表紙のように小学生が土に触れる機会を通じ、自然の大切さを感じてくれたら嬉しいです。

(村越)

納税はお忘れなく!

今月の町税等の口座振替予定日は、**5月30日㈭**です。

■固定資産税	第2期分
■国民健康保険税(普通徴収)	第2期分
■介護保険料(普通徴収)	第2期分
■水道・下水道使用料	5月分
■保育料	5月分

VEGETABLE OIL INK